



## Mettre les voiles

Avec le retour du beau temps, les personnes qui pratiquent les sports nautiques prendront sous peu d'assaut les plans d'eau. Si certaines activités ont le désavantage d'être bruyantes, d'autres enjolivent le paysage. C'est notamment le cas du passage d'un voilier qui fait rêver au calme et à la liberté. S'il vous est déjà arrivé de prendre le large sur un de ceux-ci, vous savez toutefois qu'il y a beaucoup à faire pour ajuster les voiles selon la direction du vent et la destination souhaitée. L'apparente tranquillité cache parfois bien des manœuvres. L'expression, mettre les voiles signifie bien sûr, s'en aller, partir rapidement.



S'en aller, partir... c'est ce qu'on conseille aux femmes violentées dans un contexte conjugal. Mais quitter un conjoint violent n'est pas chose facile. De fait, les violences s'installent graduellement et insidieusement, sapant la confiance et l'estime de soi de la femme. Les agressions du conjoint, suivies de manipulations déguisées en excuses et en promesses, ont pour effet de dérouter la femme et de faire naître en elle des sentiments variés, voire contradictoires : de peur, de tristesse, d'insécurité, de culpabilité, de honte, de colère, d'impuissance, d'humiliation. Les justifications du conjoint pour expliquer et excuser ses gestes servent à déverser injustement le blâme sur la femme. Il prétendra avoir eu une enfance malheureuse, être stressé, s'être senti incompris ou provoqué, avoir consommé, traverser une mauvaise période... transformant chez la femme une colère légitime en compassion douloureuse, puisqu'elle en vient à croire que le conjoint n'est pas conscient du mal qu'il lui inflige. Puis, devant la possibilité que la femme le quitte, il n'hésitera pas à la menacer de conséquences : la priver de ses enfants, de ressources financières, s'en prendre à ses proches, la dénigrer publiquement, etc., et ultimement, la tuer. Toutes ces menaces la paralysent et la retiennent.

C'est ainsi que le chemin pour sortir des violences prend rarement les allures d'une autoroute, mais plutôt celles d'une route de terre sinueuse, parsemée de multiples embûches. Pour revenir à la voile, en présence de vents contraires, le louvoisement est utilisé. Louvoyer consiste alors à manœuvrer en zigzag et c'est bien ce qui s'impose à la femme violentée dans un contexte conjugal. Elle navigue entre l'espoir nourri par les promesses du conjoint et les déceptions multipliées par l'absence de changements durables; l'emprise du conjoint; les sentiments confus; le vide qu'il a créé autour d'elle; le doute; les appréhensions face à l'inconnu et au jugement de l'entourage; la possibilité que le conjoint mette ses menaces à exécution. Elle navigue à juste titre en pleine ambivalence et tente de s'ajuster aux vents contraires.

Parce que mettre les voiles dans un contexte de violences conjugales n'est pas simple, il importe d'éviter de juger les choix et le rythme de la femme. Les maisons d'aide et d'hébergement sont en service 24 heures / 24 pour conseiller, outiller, accompagner et offrir protection et sécurité aux femmes et à leurs enfants. N'hésitez pas à demander de l'aide, pour vous-même ou pour une proche. Nous vous aiderons à ajuster les voiles pour vous mener à bon port!

Monic Caron, pour *L'Alliance gaspésienne*

[fr.wiktionary.org/wiki/mettre\\_les\\_voiles](https://fr.wiktionary.org/wiki/mettre_les_voiles)

<https://www.psychologies.com/Planete/Vivre-Ensemble/Articles-et...>

Image : <https://www.pexels.com/fr-fr/photo/voilier-naviquant-sur-l-eau-pres-de-l-ile-1482193/>

**Vous voulez en savoir davantage sur nos ressources, vous avez besoin d'aide, communiquez avec nous ou visitez-nous au [www.alliancegaspésienne.com](http://www.alliancegaspésienne.com) ou suivez-nous sur  Alliance gaspésienne**

*Pour un avenir sans violence...*

*Initiative*

*Compétence*

*Synergie*